12.003 Bitky po kozácky
100 porcií

Potravina	Veková skupina							
	A		B		C		D	
	Hmotnosť v kg, l, ks							
	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá
bravčové pliecko	3,50	3,50	4, 00	4,00	4,50	4,50	5,50	5,50
hovädzie zadné	1,50	1,50	2,00	2,00	2,50	2,50	2,50	2,50
olej	0,50	0,50	0,70	0,70	0,90	0,90	1,00	1,00
mlieko	0,80	0,80	1,30	1,30	1,40	1,40	1,50	1,50
vajcia	10	0,50	12	0,60	15	0,75	18	0,90
pečivo	1,00	1,00	1,20	1,20	1,40	1,40	1,70	1,70
cibuľa	0,70	0,59	1,00	0,85	1,40	1,20	2,00	1,70
soľ	0,08	0,08	0,10	0,10	0,15	0,15	0,15	0,15
čierne korenie mleté			0,01	0,01	0,01	0,01	0,02	0,02
horčica	0,15	0,15	0,30	0,30	0,40	0,40	0,60	0,60
hmotnosť porcie v g	55		70		85		100	

Receptúra

Výrobný postup

Mäso umyjeme vcelku, osušíme, pomelieme spolu v mlieku namočeným pečivom a časťou očistenej cibule. Pridáme soľ, vajcia, mleté čierne korenie, horčicu a všetko dobre premiešame. Mokrou rukou formujeme placky, ktoré poukladáme do olejom vymasteného pekáča. Pečieme v rúre z oboch strán do zlatista.
Príloha: zemiaky na rôzne spôsoby, zeleninové šaláty, kolieska opraženej cibule, horčica.

Nutričné zloženie 1 porcie

veková skupina	energetická hodnota		bielkoviny	tuky	kyselina linolová	sacharidy	vláknina	vápnik	železo	vitamíny				
										A	B_1	B_2	C	E
	kJ	kcal	g	g	g	g	g	mg	mg	mg	mg	mg	mg	mg
A	740	178	10,53	11,8	3,1	7,0	0,6	33,4	1,4	0,017	0,2	0,1	0,7	2,2
B	933	224	12,90	15,0	4,3	8,9	0,8	46,3	1,7	0,021	0,2	0,1	1,1	2,5
C	1120	269	15,17	18,2	5,5	10,6	1,0	54,5	2,0	0,025	0,2	0,2	1,5	2,9
D	1316	316	17,46	21,2	6,1	13,2	1,3	65,2	2,4	0,030	0,3	0,2	2,0	3,5